

# Škola jedrenja za djecu

# Zašto jedrenje?

## Zabavite se i naučite jedriti!

Igrati se, naučiti jedriti i pri tome uživati u ljetu osnovna je ideja naše škole jedrenja. Ljetni praznici s vršnjacima, mnogo zabave u veselom okruženju zajedničkog učenja kroz igru, mnogo sunca i mora s njegovim blagotvornim učinkom na tijelo i dušu - to je ono šta djeci nude naši ljetni tečajevi jedrenja.

### JEDRITI UČIMO NA OPTIMISTIMA

„Optimist“ je idealna jedrilica za obuku dječaka i djevojčica do 14 godina starosti. Njen oblik, oprema i svojstva pri jedrenju garancija su sigurnosti - Optimist je nepotopiv! Naravno, naši iskusni učitelji jedrenja uvijek čamcem prate male jedriličare i paze za njihovu sigurnost. Pokazat ćemo i objasniti sve što treba znati o jedrilici, jedrenju, vjetru i moru, a u to ćemo na primjeren način uklopiti i nužnu teoriju. Naša ljetna škola jedrenja temelj je svakog daljnjeg svladavanja ove lijepe vještine.

Sve što je Vašem djetetu potrebno su kupaće gaćice/kupaći kostim, udobna majica s dugim rukavima, kratke hlače i obuća koja se može smočiti. Nikako ne smijete zaboraviti kapu i zaštitu protiv sunca, a djeci koja nose naočale potrebna je i uzica za naočale. Prsluke za spašavanje osigurava klub (ali, ako želite, možete koristiti i vlastite).

Svi zainteresirani za pohađanje tečaja pozivaju se na dogovor 23.06.2024. u 18:00 sati za prvi termin te 14.07.2024. u 18:00 sati za drugi termin. Dogovor će se održati u prostorijama Kluba. U slučaju većeg broja polaznika prednost imaju ranije prijavljeni. Polaznici moraju doći u pratnji roditelja.

### PROGRAM

- Upoznavanje s jedrilicom
- Sigurnost na moru
- Opremanje jedrilice
- Porinuće i ukrcavanje
- Čvorovi
- Jedrenje s vjetrom u bok
- Prevratanje i ispravljanje
- Jedrenje s vjetrom u pramac
- Letanje
- Jedrenje s vjetrom u krmu
- Kruženje

### PREDUVJETI ZA UPIS DJECE

- Dob od 7 do 14 godina
- Da su solidni plivači

### TERMINI ODRŽAVANJA

Termin 1: 24.06.-07.07.2024.  
Termin 2: 15.07. - 28.07.2024

### TRAJANJE

2 tjedna, radnim danom

### CIJENA

100,00 €

Elementi koji su djeci u dobi između 6 i 14 godina najpotrebniji za pravilan i skladan psihofizički razvoj su upravo oni koji u osnovama karakteriziraju jedrenje kao sport:

- boravak djece na čistom morskome zraku daleko od zagušljivih gradskih prometnica pozitivno utječe na povećanje aerobnih kapaciteta, odnosno funkcija krvožilnog sustava, rada srca, pluća te žlijezda za regulaciju fizioloških procesa u organizmu...

- samostalno upravljanje jedrilicom kod djece direktno utječe na razvoj samodiscipline i samostalnosti, a koristeći pri tom isključivo vlastite sposobnosti suprotstavljajući se vjetru i valovima direktno se utječe na razvoj svih motoričkih sposobnosti, pogotovo onih najvažnijih: koordinacije, ravnoteže, fleksibilnosti, brzine...

- sami boravak u jedriličarskom klubu, druženje i igra sa svojim vršnjacima te stjecanje znanja i vještina u školi jedrenja kod djeteta će stvoriti zadovoljstvo i sreću te čvrste i pozitivne navike u odgoju, zdravstveno-higijenskom i prehranbenom odnosu prema svome tijelu...

